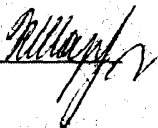


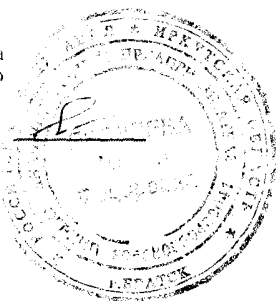
**меню (7-11 лет БП)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>завтрак</b>			
80/30	<b>Фрикадельки Любимые мясные с соусом</b> <i>фарш мясной, хлеб белый в блюда, мука в/с, молоко сухое 25%, масло растительное, морковь свежая, томат-паста, соль йодированная, лук репка, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-231, Б-12, Ж-14, У-14	57-00
160	<b>Гарнир Рис с морковью</b> <i>рис о/п, морковь свежая, масло растительное, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</i>	ККАЛ-214, Б-4, Ж-9, У-42	28-00
200	<b>Чай Итальянский (с корицей)</b> <i>сахар-песок, чай байховый, корица молотая</i>	ККАЛ-62, У-15	5-00
37	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-96, Б-3, Ж-1, У-19	6-00
20	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-34, Б-1, У-7	2-00
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-637, Б-20, Ж-24, У-97	<b>98-00</b>
<b>обед</b>			
90	<b>Гуляш из рыбы (горбуша).</b> <i>горбуша потрош с/г, лук репка, масло сливочное 72,5%, масло растительное, молоко сухое 25%, мука в/с, томат-паста, соль йодированная</i>	ККАЛ-144, Б-13, Ж-12, У-5	44-00
160	<b>Картофельное пюре</b> <i>картофель св, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</i>	ККАЛ-126, Б-3, Ж-5, У-22	24-00
200	<b>Сок фруктовый</b>	ККАЛ-92, Б-1, У-20	21-00
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-117, Б-4, У-25	6-00
28	<b>Хлеб ржаной.</b>	ККАЛ-48, Б-2, У-9	3-00
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-527, Б-23, Ж-17, У-81	<b>98-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-1164, Б-43, Ж-41, У-178	<b>196-00</b>

Директор  
МБОУ "Лицей  
№ 3" Аскарлова  
М.А.



ИП Яковлева  
М.Ф.



Фельдшер



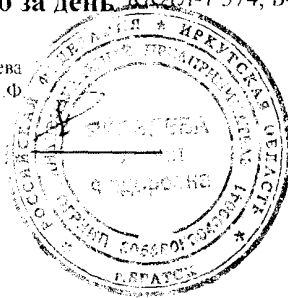
## меню (12 лет и старше БП, РП)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
20	<b>Огурец свежий с маслом растит. зеленью</b> <i>огурцы свежие, масло растительное, соль поваренная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-11, Ж-1, У-1	14-00
90	<b>Фрикадельки Любимые" мясные</b> <i>фарш мясной, хлеб белый в блюде, мука в/с, молоко сухое 25%, масло растительное, соль поваренная</i>	ККАЛ-264, Б-15, Ж-16, У-16	63-00
50	<b>Соус Красный основной</b> <i>морковь св, томат-паста, мука в/с, лук репка, масло сливочное, сахар-песок, соль поваренная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-23, Ж-1, У-4	4-00
200	<b>Гарнир Рис с морковью</b> <i>рис о/п, морковь свежая, масло растительное, масло сливочное 72,5%, соль поваренная</i>	ККАЛ-268, Б-5, Ж-11, У-52	35-00
200	<b>Чай Итальянский (с корицей)</b> <i>сахар-песок, чай байховый, корица молотая</i>	ККАЛ-62, У-15	5-00
40	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20	6-00
24	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-41, Б-2, У-8	2-00
<b>Итого за завтрак</b>		ККАЛ-773, Б-25, Ж-30, У-116	<b>129-00</b>
<u>обед</u>			
25	<b>Огурец свежий с маслом растит. зеленью</b> <i>огурцы свежие, масло растительное, соль поваренная, зелень сухая (укроп, петрушка)</i>	ККАЛ-13, Ж-1, У-1	18-00
100	<b>Гуляш из рыбы (горбуша)</b> <i>горбуша потрош с/с, лук репка, масло сливочное 72,5%, масло растительное, молоко сухое 25%, мука в/с, томат-паста, соль поваренная</i>	ККАЛ-144, Б-13, Ж-12, У-5	50-00
190	<b>Картофельное пюре</b> <i>картофель св, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль поваренная</i>	ККАЛ-150, Б-4, Ж-6, У-26	29-00
200	<b>Сок фруктовый</b>	ККАЛ-92, Б-1, У-20	21-00
60	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-141, Б-5, У-30	7-00
36	<b>Хлеб ржаной.</b>	ККАЛ-61, Б-2, У-12	4-00
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-601, Б-25, Ж-19, У-94	<b>129-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-1 374, Б-50, Ж-49, У-210	<b>258-00</b>

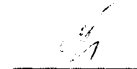
Директор  
МБОУ "Лицей  
№ 3" Аскарлова  
М.А.



ИП Яковлева  
М.Ф.



Фельдшер



**меню (ДИ, ОВЗ 7-11 лет (1 смена))**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>завтрак</b>			
15	<b>Масло сливочное</b>	ККАЛ-99, Ж-11	20-00
220	<b>Каша манная молочная с маслом</b> <small>манка, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль водопроводная</small>	ККАЛ-145, Б-5, Ж-7, У-18	25-00
200	<b>Чай Итальянский (с корицей)</b> <small>сахар-песок, чай байховый, корица молотая</small>	ККАЛ-62, У-15	5-00
40	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20	6-00
30	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
<b>Итого за завтрак</b>			<b>59-00</b>
<b>обед</b>			
200	<b>Суп картофельный.</b> <small>картофель св., лук репчатый, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, соль водопроводная, зелень сушен. (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-165, Б-6, Ж-8, У-19	13-00
90	<b>Гуляш из рыбы (горбуша).</b> <small>горбуша филе с кожей, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, масло растительное, молоко сухое 25%, мука в с. пшениц. высшего сорта, соль водопроводная</small>	ККАЛ-144, Б-13, Ж-12, У-5	44-00
150	<b>Картофельное пюре</b> <small>картофель св., масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль водопроводная</small>	ККАЛ-118, Б-3, Ж-5, У-20	23-00
200	<b>Сок фруктовый</b>	ККАЛ-92, Б-1, У-20	21-00
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-117, Б-4, У-25	6-00
30	<b>Хлеб ржаной.</b>	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
<b>Итого за обед</b>			<b>110-00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>169-00</b>

Директор  
МБОУ "Лицей  
№ 37" Аскарова  
М.А.

И.И. Яковлева  
М.Ф.

Фельдшер

**меню (ДИ, ОВЗ 12 и старше 1 смена)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>завтрак</b>			
15	<b>Масло сливочное</b>	ККАЛ-99, Ж-11	20-00
270	<b>Каша манная молочная с маслом</b> <small>манка, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль водопроводная</small>	ККАЛ-178, Б-6, Ж-9, У-22	34-00
200	<b>Чай Итальянский (с корицей)</b> <small>сахар-песок, чай байховый, корица молотая</small>	ККАЛ-62, У-15	5-00
40	<b>Батон белый</b>	ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20	6-00
30	<b>Хлеб ржаной</b>	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
<b>Итого за завтрак</b>			<b>68-00</b>
<b>обед</b>			
250	<b>Суп картофельный.</b> <small>картофель св., лук репчатый, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, соль водопроводная, зелень сушен. (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-206, Б-8, Ж-10, У-24	16-00
100	<b>Гуляш из рыбы (горбуша)</b> <small>горбуша филе с кожей, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, масло растительное, молоко сухое 25%, мука в с. пшениц. высшего сорта, соль водопроводная</small>	ККАЛ-144, Б-13, Ж-12, У-5	50-00
180	<b>Картофельное пюре</b> <small>картофель св., масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль водопроводная</small>	ККАЛ-142, Б-4, Ж-6, У-24	27-00
200	<b>Сок фруктовый</b>	ККАЛ-92, Б-1, У-20	21-00
60	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-141, Б-5, У-30	7-00
30	<b>Хлеб ржаной.</b>	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
<b>Итого за обед</b>			<b>124-00</b>
<b>Итого за день</b>			<b>192-00</b>

Директор  
МБОУ "Лицей  
№ 37" Аскарова  
М.А.

И.И. Яковлева  
М.Ф.

Фельдшер

24.01.2024

МБОУ СОШ № 3

24.01.2024

## меню п (ДИ, ОВ312 и старше 2 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>обед</u>			
250	<b>Суп картофельный.</b> <small>картофель св. лук репка, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, соль поваренная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-206, Б-8, Ж-10, У-24	16-00
100	<b>Гуляш из рыбы (горбуша)</b> <small>горбуша филе с л. лук репка, масло сливочное 72,5%, масло растительное, молоко сухое 25%, мука в/с, томат-паста, соль поваренная</small>	ККАЛ-144, Б-13, Ж-12, У-5	50-00
180	<b>Картофельное пюре</b> <small>картофель св. масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль поваренная</small>	ККАЛ-142, Б-4, Ж-6, У-24	27-00
200	<b>Сок фруктовый</b>	ККАЛ-92, Б-1, У-20	21-00
60	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-141, Б-5, У-30	7-00
30	<b>Хлеб ржаной.</b>	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-776, Б-33, Ж-28, У-113	<b>124-00</b>
<u>полдник</u>			
200	<b>Ряженка</b>	ККАЛ-108, Б-6, Ж-5, У-8	28-00
120	<b>Мандарины свежие</b>	ККАЛ-55, Б-1, У-13	25-00
80	<b>Ватрушка с джемом</b> <small>мука в/с, джем в ассортименте, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, молоко сухое 25%, яйцо, масло растительное, орехи жи/сыз</small>	ККАЛ-259, Б-5, Ж-7, У-45	15-00
<b>Итого за полдник</b>		ККАЛ-422, Б-12, Ж-12, У-66	<b>68-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-1198, Б-45, Ж-40, У-179	<b>192-00</b>

Директор  
МБОУ "Школа  
№ 3" Аскарова  
М.А.

НП Яковлева  
М.Ф.

Фельдшер

## меню п (ДИ, ОВ3 7-11лет (2 смена))

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>обед</u>			
200	<b>Суп картофельный.</b> <small>картофель св. лук репка, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, соль поваренная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-165, Б-6, Ж-8, У-19	13-00
40/50	<b>Гуляш из рыбы (горбуша).</b> <small>горбуша филе с л. лук репка, масло сливочное 72,5%, масло растительное, молоко сухое 25%, мука в/с, томат-паста, соль поваренная</small>	ККАЛ-144, Б-13, Ж-12, У-5	44-00
150	<b>Картофельное пюре</b> <small>картофель св. масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль поваренная</small>	ККАЛ-118, Б-3, Ж-5, У-20	23-00
200	<b>Сок фруктовый</b>	ККАЛ-92, Б-1, У-20	21-00
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	ККАЛ-117, Б-4, У-25	6-00
30	<b>Хлеб ржаной.</b>	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
<b>Итого за обед</b>		ККАЛ-687, Б-29, Ж-25, У-99	<b>110-00</b>
<u>полдник</u>			
200	<b>Ряженка</b>	ККАЛ-108, Б-6, Ж-5, У-8	28-00
100	<b>Мандарины свежие</b>	ККАЛ-46, Б-1, У-11	23-00
50	<b>Ватрушка с джемом</b> <small>мука в/с, джем в ассортименте, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, молоко сухое 25%, яйцо, масло растительное, орехи жи/сыз</small>	ККАЛ-162, Б-3, Ж-5, У-28	8-00
<b>Итого за полдник</b>		ККАЛ-316, Б-10, Ж-10, У-47	<b>59-00</b>
<b>Итого за день</b>		ККАЛ-1003, Б-39, Ж-35, У-146	<b>169-00</b>

Директор  
МБОУ "Школа  
№ 3" Аскарова  
М.А.

НП Яковлева  
М.Ф.

Фельдшер